

## BAB V

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

#### A. Uji Asumsi

Uji asumsi dimaksudkan untuk mengetahui hubungan antara variabel independen (X) dengan variabel dependen (Y). Uji asumsi juga digunakan untuk mengetahui informasi mengenai sebaran variabel-variabel yang digunakan dan yang nantinya akan diuji linearitas dan hipotesisnya (Tobari, 2015, h.64).

##### 1. Uji Normalitas

Sebelum melakukan uji hipotesis, maka peneliti terlebih dahulu melakukan uji asumsi normalitas dan linearitas data penelitian. Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui normal atau tidaknya distribusi pada data penelitian. Uji normalitas dilakukan dengan menggunakan *Kolmogorov Smirnov Z* dan normalitas ditunjukkan apabila  $P > 0,05$  yang hasilnya diperoleh sebagai berikut:

- a. Pada data prestasi olahraga menembak diperoleh nilai K-S  $Z = 0,029$  dengan nilai  $p = 1,453$  ( $p > 0,05$ ), yang berarti data pada prestasi memiliki distribusi normal.
- b. Pada skala dukungan sosial diperoleh nilai K-S  $Z = 0,468$  dengan nilai  $p$  sebesar  $0,848$  ( $p > 0,05$ ), yang berarti data pada dukungan sosial memiliki distribusi normal.

- c. Pada skala kepercayaan diri diperoleh nilai K-S  $Z = 0,699$  dengan nilai  $p = 0,707$  ( $p > 0,05$ ), yang berarti data pada kepercayaan diri memiliki distribusi normal.

## 2. Uji Linearitas

Uji linear bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan yang linear antara variabel independen dengan variabel dependen. Uji linear pada penelitian ini menggunakan uji F dimana variabel independen dan variabel dependen memiliki hubungan yang linear apabila  $p < 0,05$ .

Hasil uji linear variabel dukungan sosial dan prestasi olahraga pada penelitian ini ditunjukkan dengan nilai  $F_{\text{linear}} = 52,108$  (nilai  $p < 0,05$ ) yang berarti terdapat hubungan yang linear antara dukungan sosial dengan prestasi olahraga menembak.

Hasil uji linear variabel kepercayaan diri dan prestasi olahraga pada penelitian ini ditunjukkan dengan nilai  $F_{\text{linear}} = 36,871$  (nilai  $p < 0,05$ ) yang berarti terdapat hubungan yang linear antara kepercayaan diri dengan prestasi olahraga menembak. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada lampiran D-2, h.136.

## 3. Uji Hipotesis

Setelah melakukan uji asumsi, selanjutnya dilakukan uji hipotesis dengan menggunakan program *Statistical Packages For Social Science (SPSS) for Windows Release 16.00*.

Teknik yang digunakan untuk uji hipotesis adalah analisis regresi untuk menguji hipotesis mayor, sedangkan untuk menguji hipotesis minor dalam penelitian ini menggunakan teknik korelasi *ProductMoment*. Adapun hasil yang diperoleh dalam menguji hipotesis adalah sebagai berikut:

a. Hipotesis Mayor

Hasil analisis data yang dilakukan menyatakan bahwa  $R = 0,712$  dengan  $F = 36,048$  ( $p < 0,05$ ) hasil ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dan kepercayaan diri dengan prestasi olahraga pada atlet menembak. Oleh sebab itu dapat disimpulkan bahwa hipotesis mayor diterima. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada lampiran E-1, h.141.

b. Hipotesis Minor

- 1) Hipotesis pertama menunjukkan  $r_{x1y} = 0,651$  dengan  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ) yang berarti hal ini menyatakan bahwa ada hubungan positif antara dukungan sosial dengan prestasi olahraga pada atlet menembak. Dengan demikian hipotesis minor pertama yang diajukan oleh penulis diterima.
- 2) Hipotesis kedua menunjukkan  $r_{x2y} = 0,585$  dengan  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ) yang berarti hal ini menyatakan bahwa ada hubungan positif antara kepercayaan diri dengan prestasi olahraga pada atlet menembak. Dengan demikian hipotesis minor yang diajukan oleh penulis diterima. Hasil uji hipotesis selengkapnya dapat dilihat pada lampiran E-2, h.143.

## B. Pembahasan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa hipotesis diterima yang berarti ada hubungan antara dukungan sosial dan kepercayaan diri dengan prestasi olahraga menembak. Hal itu dibuktikan dengan perolehan skor  $R = 0,712$  dan  $F = 36,046$  dengan taraf signifikansi  $0,000$  ( $p < 0,05$ ). Selain itu,

dalam pengujian hipotesis minor dinyatakan ada hubungan antara dukungan sosial dengan prestasi olahraga pada atlet menembak serta ada hubungan antara kepercayaan diri dengan prestasi olahraga pada atlet menembak. Hal ini dibuktikan dengan diperolehnya nilai  $rx1y = 0,651$  dan  $rx2y = 0,585$  dengan taraf signifikansi  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ).

Seiring dengan perkembangan zaman, olahraga menjadi sangat penting bagi kehidupan dan memiliki banyak manfaat bagi kesehatan tubuh manusia. Olahraga merupakan suatu kebutuhan jasmani yang harus dipenuhi dan merupakan salah satu unsur yang berpengaruh bagi kehidupan manusia. Pada dasarnya, olahraga merupakan suatu bentuk kegiatan yang melatih anggota tubuh sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup. Namun dalam perkembangannya, kegiatan olahraga tidak hanya dilakukan untuk pemeliharaan diri melainkan untuk kegiatan olahraga yang dipertandingkan (Nuraeni, 2014).

Prestasi yang tinggi dalam bidang olahraga menjadi penting bagi bangsa Indonesia karena mampu membangkitkan rasa kebanggaan nasional dan menaikkan harkat dan martabat bangsa. Namun dalam kenyataannya, prestasi olahraga di Indonesia belum cukup baik dan masih jauh dibandingkan dengan negara-negara lainnya. Untuk meningkatkan kualitas prestasi atlet, perlu diadakan pembinaan, namun dalam kenyataannya atlet seringkali dihadapkan pada situasi yang dapat menghambat pencapaian prestasi. Dalam melalui semua hambatan, atlet sangat membutuhkan keberadaan individu lain untuk memberikan dukungan.

Menurut Lutan (Hidayatullah, dkk., 2013), pencapaian sebuah prestasi tentu dipengaruhi oleh beberapa faktor dari luar maupun dari

dalam. Tidak hanya faktor dari dalam diri seorang atlet, namun faktor dari luar atlet seperti dukungan sosial juga mempengaruhi keadaan psikologis atlet. Antonucci & Jackson (Walen & Lachman, 2000, h.7) mengatakan, pemberian dukungan seperti pertukaran informasi, perilaku dan bentuk dukungan lainnya dapat memberikan kepuasan emosional pada individu yang menerima, sedangkan Sarason, dkk (Widodo & Nurwidawati, 2015, h.4) menambahkan, bahwa pada umumnya individu yang menerima dukungan sosial dari individu lain memiliki pandangan hidup yang positif dibandingkan dengan individu yang tidak menerima dukungan dari orang lain.

Berdasarkan uraian pendapat Jackson dan Sarason dkk diatas, maka dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial merupakan suatu bentuk hubungan interpersonal yang diwujudkan dalam bentuk bantuan yang diberikan dari individu lain untuk memenuhi kebutuhan individu, sehingga mampu membuat individu yang menerima bantuan merasa nyaman secara fisik maupun psikologis dan sebagai bentuk diperhatikan. Dalam dukungan sosial terdapat beberapa aspek dan apabila semua aspek terpenuhi oleh atlet, tentu dapat menunjang individu untuk mencapai keberhasilannya dalam bidang olahraga.

Terdapat enam aspek dukungan sosial menurut Weiss (Maslihah, 2011, h.106) yaitu *emotional attachment* (kedekatan emosional), *social intergration* (sosial intergrasi), *instrumental support* (dukungan instrumen), *reliable alliance* (ketergantungan yang dapat diandalkan), *guidance* (bimbingan), *opportunity for nurturance* (kesempatan untuk berkembang).

Dukungan sosial berupa keeratan emosional merupakan hubungan emosional antara satu individu dengan individu lainnya. Atlet menembak tentu membutuhkan dukungan emosional pada saat sedang menghadapi pertandingan. Hubungan emosional berasal dari lingkungan sekitar atlet dan biasanya berasal dari keluarga maupun kerabat dekat. Herman (2011, h.3) mengatakan, bahwa hubungan emosional yang diterima seorang atlet akan memberikan rangsangan emosional dan dapat mempengaruhi keadaan psikologis atlet, sehingga dukungan seperti ini perlu ditingkatkan karena dapat mempengaruhi usaha atlet dalam mencapai sebuah prestasi.

Dukungan sosial intergrasi juga merupakan suatu bentuk dukungan dimana seorang atlet merasa diterima oleh kelompok. Ketika seorang atlet mendapatkan situasi yang menyulitkan, maka atlet tersebut membutuhkan perhatian dari lingkungan disekitarnya. Hal ini dikarenakan, keberhasilan atlet dalam bidang olahraga tidak terlepas dari peran dan dukungan suatu kelompok (Hartanti dkk., 2004, h.53). Dukungan seperti ini terlihat ketika beberapa atlet menembak menghabiskan waktu dengan rekan satu tim/kontingen dan melakukan aktivitas bersama seperti *refreshing* dan berkumpul hanya untuk *sharing* mengenai pengalaman-pengalaman selama mengikuti pertandingan.

Keberhasilan atlet juga dipengaruhi oleh sarana dan prasarana yang diberikan. Prestasi tidak dapat diperoleh begitu saja tanpa adanya sarana dan prasarana yang baik (Pelana, 2013, h.25). Beberapa atlet sudah mendapatkan sarana dan prasarana dari pengurus daerahnya, namun beberapa lainnya masih belum tercukupi. Oleh karena itu, apabila dukungan

instrumen yang diberikan kepada atlet merata, maka hal ini tentu dapat mempengaruhi pencapaian prestasi atlet menembak.

Dukungan sosial yang diberikan secara nyata dan diterima oleh atlet dapat membantu atlet dalam usahanya mencapai prestasi. Salah satu bentuk dukungan yang diberikan yaitu pembinaan, pengembangan potensi dan program latihan yang diberikan dari pelatih maupun pengurus kepada atlet. Dalam pengamatan penulis, beberapa pengurus dan pelatih selalu mendampingi atlet-atletnya dari hari pertama hingga hari terakhir pertandingan, dan sebagian besar lainnya hanya memantau di hari pertama pertandingan saja. Dukungan yang diberikan, akan memberikan kepuasan dan tentu akan mempengaruhi kualitas atlet dalam menampilkan potensinya. Dukungan tidak sekedar pemberian yang diberikan, namun atlet juga dapat merasakan manfaat dari bantuan yang diberikan (Kumalasari & Ahyani, 2012, h.25).

Dukungan bimbingan dari pengurus maupun pelatih berguna bagi atlet dalam mendapatkan informasi berupa nasehat atau saran. Dukungan seperti ini terlihat ketika beberapa atlet yang mengalami situasi sulit mendatangi pelatih untuk menyampaikan keluhan kesah dan meminta nasehat. Seperti yang diungkapkan oleh Hurlock (Widodo & Nurwidawati, 2015, h.4) bahwa atlet membutuhkan individu lain yang dapat memberikan nasehat dan dapat bertukar informasi mengenai hal-hal yang menyulitkan atlet. Dukungan seperti ini apabila ditingkatkan, maka dapat memenuhi kebutuhan atlet dan dapat membantu atlet dalam mencapai prestasi. Namun apabila atlet kurang mendapatkan dukungan bimbingan ini, tentu dapat mempengaruhi prestasi yang dicapai.



Dukungan yang diberikan tidak sekedar bentuk dukungan apa yang atlet terima, namun juga apa yang dapat diberikan dari atlet kepada individu lain yang tentunya dapat bermanfaat. Kumalasari & Ahyani (2012, h.22) mengatakan, atlet yang dapat diterima oleh kelompok, dapat mengembangkan sikap positif terhadap dirinya dan merasa percaya diri dengan keberadaannya yang juga dibutuhkan oleh individu lain. Hal ini terlihat pada beberapa atlet yang tidak dalam satu tim/kontingen mau membantu atlet lainnya dan tetap menjalin komunikasi yang baik. Dukungan seperti ini dapat memunculkan respon positif pada atlet dan dapat membantu atlet dalam usahanya berprestasi. Sebaliknya, apabila bentuk dukungan seperti ini tidak terpenuhi oleh atlet, maka dapat mempengaruhi penampilan atlet dalam bertanding dan mencapai prestasi.

Kepercayaan atau penerimaan yang diberikan individu lain pada atlet dapat memunculkan rasa percaya diri dan keyakinan atlet atas dirinya sendiri (Goel & Aggarwal, 2012, h.89). Kepercayaan diri merupakan bentuk dari proses interaksi dan proses belajar individu terhadap kehidupan sosialnya. Atlet dengan rasa percaya diri cenderung lebih berani dalam menghadapi setiap tantangan dibandingkan dengan atlet yang tidak memiliki rasa percaya diri. Terdapat beberapa aspek di dalam kepercayaan diri dan apabila semuanya terpenuhi, maka semakin baik pula kepercayaan diri yang dimiliki oleh individu dan tentu akan mempengaruhi hasil kinerja individu tersebut. Aspek-aspek dalam kepercayaan diri yaitu keyakinan atas kemampuan diri, optimis, bertanggung jawab, objektif dan sikap rasional/realistis.



Kepercayaan diri seorang atlet dapat dilihat dari keyakinannya atas kemampuan yang dimiliki. Atlet yang merasa yakin atas kemampuannya dapat menghadapi situasi-situasi sulit dan mampu menyelesaikan pekerjaannya dengan baik. Sebagian besar atlet menembak terlihat memiliki keyakinan atas dirinya sendiri. Ketika sedang bertanding, atlet cenderung fokus terhadap pekerjaannya dan tidak terpengaruh dengan situasi yang ada disekitarnya. Hal ini sependapat dengan Bandura (Feltz, 1988, h.287) yaitu individu yang memiliki rasa percaya diri mengetahui kapasitas dan kemampuan yang dimiliki dengan diyakini secara positif untuk memberikan penampilan terbaik dalam mencapai sebuah prestasi.

Selain keyakinan diri, prestasi atlet juga dipengaruhi oleh sikap optimis atlet dalam bertanding. Sikap optimis atlet terlihat ketika atlet sedang berada di garis tembak dan sedang bertanding. Atlet tidak terpengaruh dengan situasi disekitarnya dan menjalankan pertandingan dengan serius sehingga dapat menyelesaikannya dengan baik. Lautser (Hidayah, 2014, h.17) mengatakan bahwa individu dengan rasa optimis dapat mengeluarkan segala kemampuan yang dimilikinya dan dapat menyelesaikan pekerjaannya dengan baik, sehingga hasil pekerjaannya pun optimal dibandingkan dengan individu yang tidak memiliki rasa optimis dalam mengerjakan sesuatu.

Kepercayaan diri atlet juga dapat dilihat dari rasa tanggung jawab yang dimiliki atlet terhadap pekerjaan yang sedang dilakukan karena hal tersebut memunculkan keyakinan dalam mengemukakan ide-idenya dan kehendak yang akan dilakukan (Lautser dalam Hidayah 2014, h.17). Dengan sikap tanggung jawab, atlet dapat memaksimalkan potensi yang

dimiliki dan tidak ragu-ragu dalam mengambil keputusan. Atlet cenderung terlihat melakukan pekerjaannya dengan baik sampai selesai, kemudian setelah pertandingan selesai atlet juga bertanggung jawab atas perlengkapan-perengkapan menembak tanpa meminta bantuan pihak lain untuk membereskannya. Sikap seperti ini dapat mempengaruhi sikap atlet dalam berprestasi, sebaliknya apabila atlet tidak menyelesaikan sebagian dari tanggung jawabnya, maka dapat mempengaruhi keberhasilan atlet dalam berprestasi.

Sikap objektif merupakan bagian dari rasa percaya diri individu. Sikap objektif dapat menjadikan atlet bertindak dengan jujur walaupun keadaan disekitarnya tidak sepihak dengan apa yang dilakukannya dan tetap terbuka dengan pendapat individu lain (Al-Hebaish, 2012, h.60). Menurut pengamatan penulis, dalam sebuah perkumpulan atlet mampu mengemukakan pendapat yang dimiliki tanpa terpengaruh dengan pihak lain, terbuka dengan pendapat pihak lain dan melakukan sesuatu yang sesuai dengan apa yang dianggapnya benar. Hal ini tentu dapat mempengaruhi pencapaian prestasi atlet apabila atlet memiliki sikap objektif. Apabila hal ini diwujudkan dalam keseharian atlet, maka dapat mempengaruhi usahanya dalam mencapai sebuah prestasi, namun apabila atlet tidak mewujudkannya maka dapat menghambat pencapaian prestasi atlet.

Kepercayaan diri atlet juga dapat dilihat dari sikap rasional dan realistis atlet dalam menganalisis permasalahan yang dihadapi atlet dengan menggunakan akal sehat (Goel & Aggarwal, 2012, h.90). Sikap ini dapat membantu atlet dalam mengontrol kemampuan atlet yang dikembangkan

dengan penuh keyakinan. Dalam hal ini atlet berfokus pada pekerjaan yang sedang dilakukan dan mengeluarkan segala kemampuan yang dimiliki untuk mencapai prestasi yang sesuai dengan harapannya. Hal ini terlihat dari beberapa atlet yang berhasil mencapai prestasi dan atlet yang belum mendapatkan prestasi. Atlet yang gagal tetap memperlihatkan sikap positif dengan mengoreksi kesalahannya dan tetap belajar dari kegagalan yang dialaminya.

Dengan demikian, penelitian ini memberikan informasi melalui kedua variabel yaitu dukungan sosial dan kepercayaan diri yang memengaruhi variabel prestasi olahraga menembak dan memberikan hasil tambahan sumbangan efektif (SE) yaitu sebesar 49,3%.

Hasil penelitian untuk variabel dukungan sosial diperoleh *Mean* Empirik (Me) sebesar 93,04 dengan Standar Deviasi Empirik (SDe) sebesar 7,752 dan Standar Deviasi Hipotetik (SDh) sebesar 14,5 sedangkan *Mean* Hipotetik (Mh) sebesar 72,5 sehingga dapat dilihat bahwa dukungan sosial pada atlet menembak di Indonesia masih tergolong dalam kategori tinggi.

Hasil penelitian pada variabel kepercayaan diri diperoleh *Mean* Empirik (Me) sebesar 96,99 Standar Deviasi Empirik (SDe) sebesar 8,873 dan Standar Deviasi Hipotetik (SDh) sebesar 14,5 sedangkan *Mean* Hipotetik (Mh) sebesar 72,5 sehingga dapat dilihat bahwa kepercayaan diri pada atlet menembak di Indonesia masih tergolong dalam kategori tinggi.

Penelitian ini tidak terlepas dari berbagai kelemahan-kelemahan yang dapat mempengaruhi hasil penelitian ini yaitu sebagai berikut:

1. Tidak semua atlet dimonitor oleh penulis dan penulis belum optimal dalam mengontrol subjek selama jalannya pengisian angket skala.
2. Beberapa subjek penelitian mengisi angket penelitian setelah mengikuti pertandingan dan mengakibatkan kurangnya konsentrasi atlet dalam mengisi angket yang diberikan oleh penulis.
3. Beberapa atlet masih terpengaruh orang lain dalam mengisi angket penelitian sehingga penulis harus selalu mendampingi subjek dalam mengisi angket penelitian.

